

## DAMPAK KECANDUAN *GAME ONLINE* PADA PESERTA DIDIK DI SMP NEGERI 12 PADANG

**Nibras Salimah\* & Ilpi Zukdi**

Email : [nibrassalimah@gmail.com](mailto:nibrassalimah@gmail.com) & [ilpizukdi@uinib.ac.id](mailto:ilpizukdi@uinib.ac.id)

**Universitas Islam Negeri Imam Bonjol Padang**

**Abstract :** *This research is based on the addiction of students to play online games which are equipped with interesting features due to the rampant development of technology. The purpose of this study was to determine the social, psychological and physical impact of online game addiction on students at SMPN 12 Padang. This research uses field research research with qualitative methods. Sources of data for researchers are students of SMPN 12 Padang, homeroom teachers and counseling teachers to obtain information about the impact of online game addiction on students at SMPN 12 Padang. Data collection techniques in the form of observation, interviews and documentation. The results of interviews with respondents were then compared with observations, processed, analyzed and presented in a meaningful sentence. The validity of the data was checked by the degree of confidence checking technique. The results of this study are as follows: that addiction to playing online games is very influential on the social, psychological, and physical aspects of students. The addiction to online games makes students forget time, neglect duties and responsibilities, lack of social interaction, students' emotions become unstable, and emotions are easily provoked when they can't beat the challenges they play. From a physical point of view students experience several injuries to parts of the body such as neck, back, spine, wrists, and also experience weight loss due to forgetting to eat and weight gain due to frequent snacking and eating fast food.*

**Keywords:** *social impact; psychological impact; physical impact; online game addiction.*

**Abstrak :** Penelitian ini dilatarbelakangi oleh kecanduan peserta didik memainkan *game online* yang dilengkapi fitur-fitur menarik akibat maraknya perkembangan teknologi. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui dampak sosial, psikis dan fisik kecanduan *game online* pada peserta didik di SMPN 12 Padang. Penelitian ini menggunakan jenis penelitian *field research* dengan metode kualitatif. Sumber data bagi peneliti adalah peserta didik SMPN 12 Padang, wali kelas dan guru BK guna memperoleh informasi tentang dampak kecanduan *game online* pada peserta didik di SMPN 12 Padang. Teknik pengumpulan data berupa observasi, wawancara dan dokumentasi. Hasil wawancara dengan responden kemudian dibandingkan dengan observasi, diolah, dianalisa dan disajikan dalam suatu kalimat yang bermakna. Keabsahan data diperiksa dengan teknik pemeriksaan derajat kepercayaan. Hasil penelitian ini sebagai berikut: bahwa kecanduan bermain *game online* sangat berpengaruh pada sosial, psikis, dan fisik peserta didik. Kecanduan *game online* membuat peserta didik lupa waktu, melalaikan tugas dan tanggungjawab, kurang interaksi sosial, emosi peserta didik menjadi tidak stabil, dan emosi mudah terpancing ketika tidak bisa mengalahkan tantangan yang dimainkannya. Dari segi fisik peserta didik mengalami beberapa cedera pada bagian tubuh seperti leher, punggung, tulang belakang, pergelangan tangan, dan juga mengalami penurunan berat badan akibat lupa makan dan penambahan berat badan akibat sering ngemil dan makan makanan siap saji.

**Kata Kunci:** dampak sosial; dampak psikis; dampak fisik; kecanduan *game online*.

## A. PENDAHULUAN

*Game online* menurut Bobby Bodenheimer seperti dikutip dalam Monks (2006:131-132) dapat diartikan sebagai program permainan yang bersambung melalui jaringan yang dapat dimainkan kapan saja, dimana saja, dan dapat dimainkan bersamaan secara kelompok diseluruh dunia dan permainan itu sendiri menampilkan gambar-gambar menarik seperti yang diinginkan, yang didukung oleh komputer. *Game online* menurut Kim (2002:24) adalah *game* (permainan) dimana banyak orang yang dapat bermain pada waktu yang sama dengan melalui jaringan komunikasi *online* (LAN atau Internet). Jadi didalam permainan *game online* tersebut secara psikologis dapat membangkitkan pemain untuk terus bersemangat mengalahkan pihak lawan. Secara sosiologis, permainan tersebut juga dapat dilakukan secara berkelompok. Baik langsung maupun tidak langsung. Secara langsung, dimana para pemain dapat mengenali pihak-pihak lain secara pribadi karena diantara mereka sudah saling mengenal secara akrab, misalnya karena mereka berasal dari satu sekolah. Sedangkan secara tidak langsung dimana pemain tidak saling mengenal satu sama lain secara fisik. Mereka hanya kebetulan berhubungan ketika sama-sama bermain *game online* dalam saru jaringan permainan saat itu. *Game online* mengandung keasyikan dan dilakukan atas kehendak diri sendiri, bebas tanpa paksaan dengan tujuan untuk memperoleh kesenangan pada waktu mengadakan kegiatan tersebut (Abu Ahmadi, 2005:106). Hampir semua permainan menimbulkan kecanduan, beberapa pemainnya dapat menghabiskan waktu berjam-jam, bahkan seharian penuh untuk memainkannya dan ada orang yang menghabiskan seluruh waktu jaganya untuk melakukan permainan ini. *Game online* adalah *game* yang berbasis elektronik visual. *Game online* dimainkan dengan memanfaatkan media visual elektronik yang biasanya menyebabkan radiasi pada mata, sehingga mata menjadi lelah dan biasanya diiringi dengan sakit kepala (Angela, 2013).

Menurut Rini (2011:10-11) fenomena maraknya *game online* bisa dilihat dari maraknya penggunaan gadget dan warung internet yang melengkapi fasilitas *game online* dalam tiap komputer yang mereka sediakan. Hanya dengan membayar dengan biaya yang relatif murah seorang individu betah menghabiskan waktu berjam-jam terlibat dengan kesenangannya bermain *game online*. Ketergantungan yang dialami pada masa remaja menyebabkan adanya sifat-sifat yang berhubungan dengan ketidakmampuan dalam mengatur emosi dan perasaan. Dalam hal ini memicu individu untuk melakukan hal-hal negatif seperti: pemaarah, periang, malu, pemalas, pembohong dan lain sebagainya. Akibatnya mempengaruhi aspek sosial remaja dalam menjalani kehidupan sehari-hari, karena banyaknya waktu yang dihabiskan di dunia maya menyebabkan remaja kurang berinteraksi dengan orang lain di dunia nyata. Hal ini tentunya mempengaruhi kegiatan sosial yang bisa dilakukan oleh kebanyakan orang lain.

Remaja yang mengalami ketergantungan pada aktivitas *game* akan mengurangi waktu belajar dan waktu bersosialisasi dengan teman sebaya mereka. Jika ini berlangsung terus menerus dalam waktu lama diperkirakan remaja akan menarik diri pada pergaulan sosial, tidak peka dengan lingkungan, bahkan bisa membentuk kepri-badian ansosial, dimana anak tidak mampu untuk bersosialisasi dengan lingkungan sekitarnya. Remaja dalam perkembangan ini mengalami perubahan baik secara emosi, tubuh, minat, dan pola perilaku. Pada masa remaja ini penuh dengan masalah-masalah karena ketidakstabilan emosi (Rini,2011: 10-11).

Menurut Syekh Muhammad Almunajid (2016:13-14) perlu diketahui bahwa beberapa dari produser *game-game* ini tidak memproduksinya dengan niat merusak kaum muslimin ataupun menyasar mereka, tujuannya hanyalah profit atau menyebar ide mereka sendiri. Namun pada akhirnya *game-game* ini menjalankan peran yang besar dalam peran ideologi, tanpa didasari oleh wali para anak-anak muda ini.

Selama tahun-tahun terakhir ini pengaruh dari *video game* telah terlihat nyata di kehidupan anak-anak muda kita. Karena *game-game* ini telah memengaruhi pemahaman mereka mengenai agama mereka, ketaatan terhadap ajaran-Nya dan rasa cinta terhadap-Nya. Terlebih lagi *game-game* ini mengonsumsi waktu dan kesehatan mereka dan telah menyebabkan melemahnya syaraf mereka. Dalam pandangan kita kebanyakan dari hal-hal yang kita biarkan mengelilingi anak-anak kita dianggap tidak lebih dari aktivitas yang santai. ( Syekh Mughammad Al-Munajid, 2016 : 13-14)

Pada data di atas dikemukakan bahwa pada umur 12-34 tahun adalah usia yang paling banyak mengalami kecanduan *game online* dimana remaja rentang usia 12-23 tahun merupakan pemain terbesarnya. Dimasa itu remaja sedang berada pada masa pencarian jati diri. Maka remaja sendiri merupakan suatu bagian dari tumbuh kembang berkesinambungan yang merupakan masa peralihan dari masa kanak-kanak kedewasa awal. Pada tahap ini terjadi pertumbuhan dan perkembangan yang cepat dalam aspek fisik, emosi, kognitif, dan sosial. Remaja diartikan sebagai masa perkembangan transisi antara masa anak dan masa dewasa yang mencakup perubahan biologis, kognitif dan sosial-emosional. (Santrock, 2003:92).

Kecanduan *game online* berdampak negatif pada peserta didik maka diperlukan peranan guru dalam mencegah kecanduan *game online* dan guru bimbingan dan konseling dalam menangani peserta didik yang telah kecanduan *game online* (Adiningtiyas,2017). Sedikitnya ada 4 aspek dalam kecanduan *game online*. Keempat aspek tersebut menurut Chen (2008) adalah aspek *Compulsion* (dorongan untuk melakukan secara terus menerus), aspek *withdrawal* (penarikan diri), *tolerance* (toleransi), dan aspek *Interpersonal and health-related problems* (masalah hubungan interpersonal dan kesehatan). Tingkat kecanduan *game online* pada remaja dipengaruhi secara signifikan oleh gaya pengasuhan yang diterapkan orang tua kepada remaja (Kusumawati, 2017). Dengan pola asuh orang tua yang tepat pada remaja seperti

mengontrol kegiatan anak, membatasi waktu bermain anak memainkan *game online* maka akan dapat mengurangi perilaku memainkan *game online* pada remaja (Artini,2019).

Pengguna *game online* sendiri bukan hanya dari kalangan anak-anak saja, akan tetapi pengguna mayoritasnya adalah remaja. Banyak remaja yang berpartisipasi dalam permainan *game online*. Selain untuk mencari para pemenang juga sebagai cara untuk mencari teman maupun silaturahmi para pencinta *game online*. Bermula dari bermain secara *online* bersama banyak teman atau dari ajakan teman untuk bermain *game online* bersama *game center*. Hal inilah yang menyebabkan para remaja menjadi tertarik untuk menikmati dunia *game* dengan nuansa dan tantangan yang berbeda yang semula bermain secara *offline* atau tantangan dengan musuh yang dijalankan dengan sistem yang monoton bisa berubah menjadi permainan yang interaktif dan sangat menarik untuk terus dimainkan. Terlihat dari munculnya berbagi jenis permainan *game online* seperti *Mobile Legends, Free Fire, Hago, Pubg*.

Observasi awal yang dilakukan pada hari senin tanggal 16 september 2019 peneliti melihat banyak peserta didik yang tidak mengikuti pembelajaran dengan baik pada saat jam pelajaran berlangsung. Peserta didik ada yang mengantuk, ada yang memijat bahu temannya, dan ada juga mereka yang merenggangkan tubuh pada saat pembelajaran tersebut. Peneliti melihat peserta didik tersebut tidak bersemangat dalam mengikuti pelajaran. Kemudian pada saat jam istirahat peserta didik banyak membahas tentang *game online*. Mereka terlihat sangat asyik sekali membahas *game online* yang sering dimainkan bahkan mereka sampai hapal dengan tokoh-tokoh yang ada dalam permainan *game* tersebut. Selain itu peneliti mencari informasi mengenai siapa saja siswa yang bermain *game online* dan mereka yang sampai menjadi kecanduan *game online*. Peneliti melakukan observasi ke kelas-kelas dan menemukan bahwa ada siswa yang memang tidak siap untuk belajar, banyak diantara mereka yang bertopang dagu saat guru membahas pelajaran, berbicara dengan

teman didalam kelas, tidak bersemangat dalam belajar, dan juga ada yang tidur disaat pelajaran berlangsung.

Pengaruh bermain *game online* sangat fatal apabila peserta didik tidak dapat mengendalikan dirinya dalam bermain *game* tersebut, peserta didik yang sudah masuk dalam kategori kecanduan bermain *game* akan sangat susah untuk fokus saat belajar karena pikiran mereka telah diganggu oleh permainan *game online* tersebut. Menurut penjelasan yang diperoleh dari guru BK SMPN 12 Padang ada seorang peserta didik yang sudah kecanduan berat bermain *game online*, dia tidak biasa lagi memisahkan antara dunainya nyata dan dunia *game*, pikirannya telah terganggu oleh *game* tersebut dan juga jiwanya menjadi tidak stabil lagi, pada akhirnya peserta didik tersebut keluar dari sekolah karena tidak dapat mengikuti pembelajaran dengan semestinya dan dia dibawa ke psikiater.

Oleh karena itu pengawasan orang tua juga sangat diperlukan dalam tumbuh kembang peserta didik, memang peserta didik memerlukan gadget untuk keperluan sekolah tetapi peran orang tua tetap harus bisa mengontrol penggunaan gadget pada peserta didik, jika tidak banyak sekali dampak negatif yang akan timbul pada peserta didik tersebut. Karena pada masa ini peserta didik rasa ingin tau mereka sangat tinggi dan juga mereka ingin mencoba hal-hal baru yang mereka temui. Contohnya saja peserta didik yang gemar hingga menjadi kecanduan bermain *game online* akan berpengaruh pada sosial, psikis dan fisik mereka nantinya.

Berdasarkan permasalahan di atas maka peneliti ingin mendalami apasaja dampak yang timbul bagi peserta didik yang sudah kecanduan *game online* di SMPN 12 Padang.

## **B. METODE PENELITIAN**

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif karena mengingat data-data yang diperoleh hanya bersifat gambaran keadaan yang dituangkan dalam kata-kata. Penelitian kualitatif merupakan proses mengamati orang dalam lingkungan hidupnya, berinteraksi

dengan mereka, serta berusaha memahami bahasa dan tafsiran mereka terhadap dunia sekitar. (Nasution, 1992:5)

Penelitian ini merupakan jenis penelitian lapangan (*field research*), dimana peneliti bertujuan untuk melakukan studi yang mendalam mengenai suatu unit sosial sedemikian rupa, sehingga menghasilkan gambaran yang terorganisir dengan baik dan lengkap mengenai unit sosial tertentu. (Sugiyono, 2008:3)

Penelitian ini dilakukan di SMPN 12 Padang pada tahun pelajaran 2019/2020 dengan narasumber sebanyak 9 orang. Narasumber terdiri dari 5 orang peserta didik, 3 orang guru bimbingan dan konseling, dan 1 orang wali kelas. Penelitian dilaksanakan mulai dari bulan Desember 2019 sampai bulan Januari 2020. Penelitian dilakukan secara bertahap dimulai dengan persiapan penelitian, survey awal, melakukan pengkajian pustaka sesuai dengan masalah yang akan diteliti, menyusun proposal, membuat instrumen penelitian, melakukan penelitian langsung ke lapangan dan konsultasi dengan pembimbing.

Penelitian dilaksanakan pada jam istirahat peserta didik. Peneliti menanyakan beberapa hal penting seputar *game online* kepada peserta didik. Setelah itu peneliti meminta waktu luang guru bimbingan dan konseling serta waktu luang salah seorang wali kelas untuk memperkuat pernyataan yang peneliti peroleh dari subjek penelitian.

Untuk mendapatkan data yang sah maka perlu dilakukan teknik keabsahan data penelitian seperti memeriksa derajat kepercayaan data (*Credibility*), memeriksa kebergantungan data (*dependability*) dan memeriksa kepastian data (*confirmability*) (Maleong, 2010:326-338). Data penelitian dikumpulkan melalui cara observasi/pengamatan (Maleong,2010:226), wawancara dan dokumentasi (Arikunto,2008:231).

Setelah semua data terkumpul peneliti kemudian mengolah data dan mengambil kesimpulan. Data yang diperoleh melalui observasi dan wawancara dan hasil dokumentasi kemudian diolah dengan teknik analisa. Deskriptif kualitatif yaitu suatu cara

pengolahan data yang dirumuskan dalam bentuk kata-kata atau kalimat, tidak berbentuk angka-angka atau tabel. (Chalid Narbuko, dan Abu Ahmadi, 2005:156). Adapun cara pengolahan data tersebut melalui proses reduksi data, penyajian data dan kesimpulan dan verifikasi (Farouk Muhammad dan Djali, 2005:97-98).

Data yang diolah kemudian di analisis menggunakan model analisis deskriptif yang dikembangkan oleh Milles dan Huberman dalam buku metodologi penelitian kualitatif yaitu: (1) meringkas data kontak langsung dengan orang, kejadian dan situasi di lokasi penelitian. (2) membuat catatan yang objektif. (3) membuat catatan yang reflektif. (4) Membuat memo, (5) melakukan analisa antar lokasi dan (6) membuat ringkasan sementara antar lokasi (Farouk Muhammad dan Djali, 2005:99).

### C. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian berkaitan dengan dampak Kecanduan *Game Online* Pada Peserta Didik di SMPN 12 Padang”, diperoleh melalui wawancara langsung dengan guru bimbingan dan konseling, guru /wali kelas dan beberapa peserta didik. Selain itu diperkuat juga dengan observasi dan dokumentasi yang peneliti dapatkan selama melakukan penelitian. Pada observasi awal peneliti telah mendapatkan informasi data peserta didik yang kecanduan bermain *game online*. Peneliti melakukan pengamatan dengan memperhatikan aktivitas para peserta didik tersebut pada saat belajar dikelas dan saat jam istirahat

#### 1. Dampak Sosial Kecanduan *Game Online*

Dampak sosial kecanduan *game online* disajikan berdasarkan hasil wawancara dan observasi dengan peserta didik di SMPN 12 Padang yang memiliki kecenderungan kecanduan bermain *game online*. Dampak sosial ini dilihat dari kualitas interaksi peserta didik dengan orang-orang terdekat, pencitraan diri peserta didik, dan perubahan perilaku peserta didik. Kualitas interaksi pecandu *game online* sangat kurang karena banyaknya waktu yang dihabiskan di dunia maya. Peserta didik yang candu *game online* lebih banyak berinteraksi

dengan gadget atau komputer. Sehingga membuat perilakunya menjadi tertutup dan sulit mengekspresikan diri ketika berada di lingkungan nyata.

Berdasarkan observasi pada hari jum'at 3 januari 2020 di SMP N 12 Padang didapatkan gambaran bagaimana interaksi sosial peserta didik yang candu *game online*. Pada saat jam pelajaran berlangsung mereka tidak terlalu aktif dalam pembelajaran. Pada jam istirahat mereka terlihat mereka berjalan menuju warung didekat sekolah. Diwarung tersebut mereka jajan dan bermain *game online* dengan menggunakan hp yang telah diditipkan sebelumnya dengan pemilik warung. Pada saat jam istirahat berakhir mereka langsung berlarian menuju kelas dengan sebelumnya menitipkan kembali HP kepada pemilik warung. Pada saat pulang sekolah mereka bermain dan membahas *game online* bersama teman-temannya sambil menunggu ojek *online* yang mereka pesan datang.

Dampak kecanduan *game online* pada kualitas interaksi sosial dialami lebih lanjut dengan melakukan wawancara dengan beberapa orang guru bimbingan dan konseling. Pada tanggal 6 januari 2020 dilakukan wawancara dengan guru bimbingan dan konseling SMP N 12 Padang (ML) peneliti mendapatkan informasi bagaimana kualitas interaksi peserta didik yang candu *game online*. Interaksi sosial mereka dengan guru dan tenaga kependidikan di sekolah tetap baik namun hanya berinteraksi dengan sesama peserta didik yang menyukai *game online*. Hal senada juga peneliti dapatkan dari wawancara dengan guru bimbingan dan konseling yang lain (ND). Peserta didik yang candu *game online* kurang berinteraksi disekolah, banyak diam, dan bergaul sewajarnya.

Wawancara peneliti lanjutkan dengan beberapa orang peserta didik yang candu *game online* mengenai berapa lama waktu mereka bermain *game online* dan hubungan sosial mereka di rumah dan di lingkungan tempat tinggal. Berdasarkan hasil wawancara didapatkan informasi bahwa hubungan sosial mereka dengan keluarga, pihak sekolah dan

teman-teman mereka tidak jauh berbeda, mereka bermain *game online* awalnya hanya untuk mengisi waktu kosong sampai mereka menjadi ketagihan bermain *game online*, dan sekarang hubungan mereka dengan anggota keluarganya menjadi renggang disebabkan karena orang tuanya sibuk dengan aktivitasnya namun tanpa mereka sadari mereka lupa untuk meluangkan waktu untuk keluarga mereka. Hubungan mereka dengan pihak terkait yang ada di sekolah seperti guru, pegawai sekolah masih berjalan dengan semestinya, lalu hubungan pertemanan mereka dengan teman di sekolah mereka lebih cenderung untuk bergaul dengan teman yang juga menyukai bermain *game online*, karena mereka merasa apa yang mereka bicarakan lebih nyambung dibandingkan dengan teman yang tidak tahu dengan *game online*. Hubungan mereka dengan teman-teman di lingkungan tempat mereka tinggal kurang efektif karena mereka lebih senang bermain *game online* di rumah di bandingkan dengan bergaul dengan teman-teman mereka di luar rumah, dan mereka juga merasa lebih aman jika bermain di rumah.

Pada tanggal 13 januari 2020 penulis melakukan wawancara dengan dua orang peserta didik lain (Nabil dan Andictio) yang jugam miliki kecanduan bermain *game online*. Peneliti mendapatkan informasi bahwa akibat kecanduaan *game online* maka hubungan mereka dengan keluarganya menjadi renggang, mereka jarang meluangkan waktu untuk berkumpul dengan keluarga, mereka lebih banyak menghabiskan waktu untuk bermain *game online*. Sedangkan disekolah hubungan mereka dengan beberapa guru ada bermasalah karena mereka tidak mengikuti pembelajaran dengan baik, tugas tidak dikerjakan dengan semestinya, ulangan tidak tuntas dan juga beberapa tanggung jawab yang tidak dilaksanakan.

Kemudian pada 14 Januari 2020 peneliti melakukan wawancara dengan wali kelas mereka dan didapatkan informasi yang sama. Dari laporan beberapa orang guru disampaikan bahwa mereka pendiam dikelas, mereka kurang aktif dalam pembelajaran, mereka tidak menyelesaikan tugas dengan

baik, mereka kurang aktif dalam pembelajaran, dan ada nilai mereka yang tidak tuntas. Hubungan mereka dengan para guru dan pegawai sekolah biasa saja namun dengan teman yang lain tidak terlalu tampak pergaulan mereka.

Berdasarkan Informasi dari wawancara dengan guru bimbingan dan konseling, wali kelas dan beberapa peserta didik didapatkan informasi bahwa kecanduan *game online* memiliki dampak terhadap kualitas kehidupan sosial peserta didik. Hubungan sosial peserta didik yang kecanduan *game online* dengan keluarga menjadi renggang dikarenakan kesibukan mereka bermain *game online*. Hubungan sosial di sekolah dengan guru dan pegawai biasa saja, dengan teman sekelas renggang, di dalam kelas lebih banyak yang pendiam dan tidak banyak melakukan interaksi dengan teman sekelas mereka. Hubungan sosial di lingkungan tempat tinggal juga tidak baik dikarenakan mereka lebih banyak menghabiskan waktu di rumah untuk bermain *game online*, mereka lebih senang di dunia *game*, mereka berjam-jam menatap layar monitor untuk mengalahkan tantangan yang di disajikan *game* tersebut, mereka jarang keluar rumah, mereka pilih-pilih teman untuk bergaul dan tidak melakukan interaksi yang baik di lingkungan sekitarnya. Oleh karena itu pertemanan peserta didik yang kecanduan bermain *game online* ini hanya sebatas teman di *game* saja, mereka memiliki dunianya sendiri.

## **2. Dampak Psikis Kecanduan *Game Online***

Dampak psikis kecanduan *game online* disajikan berdasarkan hasil wawancara dan observasi dengan peserta didik di SMPN 12 Padang yang memiliki kecenderungan kecanduan bermain *game online*. Dampak psikis ini dilihat dari kualitas emosi, kejiwaan dan konsentrasi peserta didik. Salah satu kebiasaan buruk yang sulit dihentikan khususnya bagi peserta didik adalah bermain *game online* secara berlebihan. Bermain *game online* secara berlebihan dapat berujung pada gangguan psikis dan memicu tindakan agresif pemainnya. Kecanduan *game online* dapat meningkatkan hormon endorfinnya sehingga

timbul dorongan untuk terus bermain dan sulit untuk mengontrol waktu memainkan *game online*.

Berdasarkan wawancara dengan guru bimbingan dan konseling SMP N 12 Padang (ND) pada tanggal 6 januari 2020 peneliti mendapatkan informasi bahwa peserta yang mengalami kecanduan *game online* ada mengeluhkan emosi mereka mudah terpancing, mereka terkadang merasa lebih sensitif, dan mereka sulit berkonsentrasi karena bermain *game online* sampai larut malam. Walaupun dilarang membawa hp ke sekolah namun masih ada yang membandel dan menitipkan hp di warung dekat sekolah. Hal senada juga disampaikan oleh guru bimbingan dan konseling yang lain (ML). Bahkan peneliti mendapat informasi bahwa ada seorang peserta didik yang sudah sangat kecanduan bermain *game online* sudah keluar dari sekolah dan dibawa ke psikiater oleh orang tuanya untuk perawatan. Hal itu merupakan akibat tidak bisa mengontrol diri selama bermain *game online*. Kecanduan *game online* sangat besar pengaruh pada psikis peserta didik. Ketagihan dan ketidakbosanan memainkan *game online* membuat emosi pemainnya menjadi mudah terpancing dan sensitif terhadap rangsangan yang ada.

Menurut salah seorang peserta didik (arif) ketagihan dia bermain *game online* menyebabkan dia sulit berkonsentrasi dalam belajar dikarena masih kepikiran dengan *game* yang dilanjutkan nantinya, emosinya mudah terpancing mudah kesal dan Terkadang lalai dalam mengerjakan tanggung jawabnya seperti tugas, belajar dan beribadah. Demikian juga menurut Habib peserta didik yang lain bahwa ketagihan *game online* membuat dia *happy*, lupa dengan masalah-masalah yang ada, lupa waktu untuk belajar, lupa mengerjakan tugas rumah, tidak dapat berkonsentrasi saat belajar, terkadang lupa beribadah dan juga kadang-kadang emosi dia mudah terpancing, mudah kesal dan terkadang kekesalan itu terlampiaskan pada orang yang tidak bersalah. Hal senada juga dikemukakan oleh ikhwan dimana dia heran

dapat berkonsentrasi saat bermain *game online* tapi sulit berkonsentrasi saat belajar.

Berdasarkan hasil wawancara yang telah dilakukan dengan peserta didik yang kecanduan bermain *game online*, dapat disimpulkan bahwa peserta didik yang sudah masuk dalam kategori kecanduan bermain *game online* tentu saja akan membuat peserta didik menjadi ketagihan untuk bermain *game* tersebut karena di dalam *game online* banyak disajikan hal-hal yang menarik yang membuat pemainnya tidak bosan untuk bermain. Sehingga membuat para pemain *game online* lupa waktu jika sedang bermain, beberapa tanggung jawab yang seharusnya dilaksanakan tetapi tidak dikerjakan dengan karena ketagihan bermain *game online*. Emosi pecandu *game online* mudah terpancing karena di saat mereka ingin menaklukkan tantangan yang diberikan tetapi mereka tidak mampu atau kalah dengan lawan mainnya akan membuat mereka kelas, dan terkadang orang yang tidak salah pun dapat menjadi sasarannya.

Selanjutnya untuk berkonsentrasi dalam bermain *game online* peserta didik yang kecanduan bermain *game online* mampu untuk berkonsentrasi dengan sangat baik berbeda dengan belajar karna di dalam *game* banyak disediakan fitur-fitur yang menarik sedangkan dalam pembelajaran selalu metode itu itu saja yang digunakan, jarang guru yang menggunakan media yang bervariasi yang membuat pembelajaran menjadi tidak menarik, jika media yang digunakan lebih menarik pasti peserta didik akan menjadi tertarik dan akan berkonsentrasi dalam pembelajaran.

Kecanduan bermain *game online* ini memberikan dampak negatif pada psikis pemainnya karena jika mereka tidak dapat mengontrol diri dengan baik, tidak mampu mengalahkan ego untuk bermain *game online* akan menyebabkan kerugian pada pemainnya contohnya saja bagi pelajar sulit untuk berkonsentrasi dalam pembelajaran karna mereka lebih menemukan banyak hal menarik di dalam *game online*, kemudian emosi menjadi mudah terpancing, sentimental, mudah tersinggung dan yang lebih fatal lagi

bisa membuat pemainnya lalai dalam tanggung jawabnya terhadap sesama manusia dan juga terhadap pencipta-Nya

Selain itu penulis juga melakukan wawancara pada 13 Januari 2020 dengan dua orang peserta didik lain yang juga memiliki kecanduan bermain *game online* (Nabil dan Andictio). Menurut Nabil *game online* membuat dia ketagihan, sangat senang, lupa waktu, melatih konsentrasinya saat bermain, menurunkan konsentrasi saat belajar karena kepikiran dengan *game*, lalai dengan tanggungjawab, mudah emosi dan marah saat diganggu bermain *game*, serta kesal sendiri jika kalah dalam permainan. Demikian juga menurut Andictio *game online* memiliki permainan yang menarik dan banyak tantangan yang diberikan sehingga membuat dia ingin menuntaskan semua tantangan sampai jam 3 pagi baru tidur. Lebih lanjut andictio menyatakan di sekolah dia sering mengantuk, sulit berkonsentrasi, ada beberapa pelajaran yang tidak tuntas, lalai dalam tanggung jawab, pekerjaan rumah tidak selesai, dalam ibadah sering lalai dan juga banyak hal yang menjadi terbengkalai kalau sudah bermain *game* tersebut.

Pada 14 Januari 2020 dilakukan wawancara dengan wali kelas mereka dengan memperkuat pernyataan peserta didik. Peserta didik yang kecanduan *game online* pasti ketagihan karena *game* tersebut banyak sekali menyuguhkan fitur-fitur yang menarik yang membuat pemainnya menjadi ingin mencoba terus. Peserta didik yang ketagihan bermain *game* sudah pasti lalai dalam tanggung jawabnya baik sebagai pelajar di sekolah, sebagai anak di rumah, dan sebagai hamba dalam beribadah. Peserta didik yang kecanduan *game online* secara tidak langsung berpengaruh pada psikisnya dan jika terus-terusan memikirkan *game* yang sedang dimainkan maka akan menimbulkan ketagihan pada akhirnya. Peserta didik yang kecanduan *game online* akan membuat emosi mudah tersinggung, emosi tidak stabil, mudah marah jika diganggu sedang bermain, mudah kesal, hilang kemampuan mengontrol emosi dan cenderung agresif layaknya genre *game online* yang sering dimainkan.

### 3. Dampak Fisik Kecanduan *Game Online*

Dampak fisik kecanduan *game online* disajikan berdasarkan hasil wawancara dan observasi dengan peserta didik di SMPN 12 Padang yang memiliki kecenderungan kecanduan bermain *game online*. Dampak fisik ini dilihat dari kondisi kesehatan, keadaan fisik, dan berat badan mereka. Pemain *game online* biasanya merasakan nyeri pada bagian pergelangan tangan karena terus-menerus memegang gadget hingga berjam-jam untuk menuntaskan tantangan yang di tawarkan dalam permainan *game*, selanjutnya juga terjadi pegal-pegal pada bagian leher dan punggung serta yang lebih fatalnya bisa mempengaruhi fungsi penglihatan karena terus menatap layar gadget atau komputer. Sementara itu di sisi kesehatan sering kali mengalami gangguan tidur sehingga mempengaruhi sistem metabolisme tubuhnya, sering merasa lelah, kaku leher dan otot. Dan juga bagi pemain yang memprioritaskan bermain *game online* dibandingkan aktivitas utama lainnya.

Berdasarkan observasi yang dilakukan pada tanggal 9 Januari 2020 ditemukan bahwa peserta didik yang kecanduan bermain *game online* terlihat kurang nyaman dengan pem belajaran, mereka mengantuk, matanya lelah, mereka, memegang bagian leher belakangnya, memijat bagian tangannya, nampak mudah lelah dan tidak banyak melakukan aktivitas.

Berdasarkan wawancara yang dilakukan dengan dua orang guru bimbingan konseling (ND dan DY) pada 14 Januari 2020 didapatkan informasi bahwa peserta didik yang kecanduan *game online* secara fisik mereka mengalami nyeri di bagian kepala, pegal-pegal di bagian leher, pundak, dan punggung karena terlalu lama duduk serta pegal pada bagian pergelangan tangan. Selain itu dapat juga dilihat dari berat badan peserta didik. Ada peserta didik yang berat badannya bertambah karena sering makan makanan ringan atau makanan siap saji dan ada juga peserta didik yang berat badannya menjadi turun karena lupa makan.

Wawancara dengan Ikhwan, habib dan Arif pada tanggal 6 Januari 2020 didapatkan



informasi bahwa kecanduan bermain *game online* menyebabkan mereka merasakan nyeri pada bagian tubuh tertentu seperti pada bagian pergelangan tangan, leher, pundak, punggung, pinggang dan sakit pada bagian kepala. Selain itu Habib dan Arif bertambah berat badan mereka dikarenakan sering memakan makanan ringan dan siap saji saat bermain *game online*. Sedangkan ikhwan menurun berat badannya dikarenakan sering lupa makan kalau sudah bermain *game* serta minus matanya bertambah.

Wawancara yang dilakukan dengan Andictio dan Nabil pada tanggal 13 januari 2020 didapatkan informasi bahwa dampak fisik yang di alami oleh mereka karena kecanduan bermain *game online* adalah sering merasa pusing, kelelahan, lupa makan, pegal-pegal pada bagian leher, pundak, punggung, dan pergelangan tangan karena main *game* secara terus menerus. Selain itu ketangguhan fisik mereka kurang stabil dikarenakan mereka sering begadang, kurang nutrisi dalam tubuh, dan kurang minum air putih.

Dampak fisik kecanduan *game online* pada peserta didik berdasarkan dari wawancara yang telah dilakukan adalah mengalami gangguan penglihatan, sering pusing, mengalami cedera ringan pada bagian tubuh tertentu seperti leher, pundak, punggung, tulang belakang, pergelangan tangan, mengalami penurunan berat badan dikarenakan lupa makan, mengalami penambahan berat badan dikarenakan bermain *game* sambil memakan makanan ringan dan siap saji, serta ketangguhan fisik berkurang dikarenakan bermain game sampai larut malam dan lupa berolahraga. Tidak dipungkiri bahwa ketangguhan fisik anak-anak zaman sekarang menjadi tidak bagus karena mereka terlena dengan gadget. Hidup mereka di atur oleh gadget bukan mereka yang mengatur gadget.

Permainan *game online* sangat besar pengaruhnya bagi peserta didik, di SMPN 12 sendiri peserta didik gemar bermain *game online* karena di dalam game tersebut banyak disediakan fitur-fitur yang menarik dan juga banyak tantangan-tantangan baru, apabila peserta didik tidak dapat mengendalikan diri dalam bermain *game* tersebut akan ber-

dampak pada dirinya sendiri seperti sosial, psikis, maupun fisiknya.

Permainan *game online* sangat di gemari oleh peserta didik apalagi di kalangan anak SMP mereka memiliki rasa ingin tahu yang tinggi dan ingin mencoba banyak hal dalam hidupnya. Ditambah lagi sekarang game online bukan hanya untuk bermain saja tetapi *game online* juga menjanjikan karena *game online* sudah menjadi salah satu pilihan karir. *Esport* adalah bentuk kompetensi olahraga menggunakan video game. *Esport* sering mengambil bentuk kompetensi permainan video game multi pemain yang terorganisir, khususnya antara pemain profesional, secara individu atau sebagai tim.

Di indonesia sendiri, beberapa sekolah telah menjadikan esport tidak hanya menjadi sekedar ekstrakurikuler tapi juga menjadi bagian dari mata pelajaran hingga menjadi sebuah jurusan khusus untuk mengarahkan hobi bermain *game online* pada peserta didik sebagai seorang profesional gamer. Berawal dari hobi hingga menjadi seorang dengan penghasilan sampai ratusan juta rupiah tentu saja membuat profesi atlet *esport* tidak butuh waktu lama dalam meraih kepopuleran terutama di kalangan remaja.

Di SMPN 12 Padang sendiri pihak sekolah juga memfasilitasi ruangan untuk kompetensi bermain *game online*. Banyak peserta didik yang tertarik untuk bermain *game online* karna jika mereka dapat memenangkan kompetensi *game* tersebut mereka akan mendapatkan uang sampai jutaan rupiah. Jumlah peserta didik yang ikut dalam kompetensi yang dilaksanakan di sekolah tersebut dibatasi 100 saja. Selanjutnya dari 100 tersebut disaring pemain terbaik dan bagi yang juara akan mendapatkan hadiah yang menjanjikan. Peserta yang juaraakan diikutkan pada babak selanjutnya, bahkan kompetensi permainan game online ini sudah sampai di tahap internasional.

Di SMPN 12 sendiri masih terbilang belum kuat dengan peraturan, karena peserta didik tidak dibolehkan membawa HP ke sekolah tetapi peserta didik tetap membawa HP dan menitipkan HP tersebut kepada Ibu warung yang ada di gang dekat sekolah, pada

jam istirahat peserta didik berkumpul dan bermain game kemudian jika bel sudah berbunyi mereka langsung berlarian ke dalam kelas. Setelah dilakukan wawancara dengan Ibu warung pada 17 Februari 2020 peneliti mendapatkan informasi bahwa dalam sehari ada 50 orang peserta didik yang menitipkan hp disana. Jika dilarang titip hp maka warung nya akan sepi. Nanti jika ada razia maka tidak akan dibocorkan siapa saja menitipkan hp. Dengan demikian bahwa ibu warung juga mencari keuntungan dari peserta didik yang menitipkan HP karena dengan demikian warung nya akan ramai.

#### D. SIMPULAN

Kecanduan *game online* menyebabkan dampak sosial kepada peserta didik. Kecanduan *game online* membuat peserta didik kurang dapat berinteraksi dengan lingkungan dimana dia berada, baik itu dalam keluarga, sekolah, maupun lingkungan tempat tinggal mereka. Peserta didik yang candu *game online* lebih senang untuk menghabiskan hari-harinya bermain *game online* di rumah. Hal ini mengakibatkan sosialisasi mereka menjadi kurang dan juga pergaulan mereka hanya sebatas pada dunia *game online* saja.

Kecanduan *game online* juga memberikan dampak psikis kepada peserta didik. Kecanduan *game online* dapat membuat peserta didik mengalami beberapa gangguan pada psikis mereka seperti menjadi ketagihan bermain *game*, sulit berkonsentrasi pada saat belajar, emosi mudah terpancing, emosi tidak stabil, dan agresif. Dampak yang lebih parahnya kecanduan *game online* bisa membuat pikiran peserta didik menjadi rusak.

Selain itu kecanduan *game online* bisa memberikan dampak fisik kepada peserta didik. Kecanduan *game online* dapat membuat peserta didik mengalami beberapa cedera pada bagian tubuh tertentu seperti pegal pada bagian leher, pundak, punggung, tulang belakang, pinggang dan pada bagian pegelangan tangan dan jari-jari mereka. Bukan itu saja pecandu *game online* dapat mengalami penurunan berat badan akibat lupa

waktu dan penambahan berat badan karena sering ngemil saat bermain *game online*.

Dapat disimpulkan bahwa sebagian pemain menggunakan *game online* sebagai sarana untuk melarikan diri dari kesulitan-kesulitan yang dialami di dunia nyata. Permasalahan keluarga, pekerjaan maupun permasalahan akademis yang tidak mampu diselesaikan akan menimbulkan ketegangan dan rasa cemas dalam diri para pemain. Dalam proses belajar mengajar banyak siswa yang tidak betah dalam belajar, segala macam tugas yang diberikan oleh guru bidang studi tidak dikerjakan dengan baik dan benar. Dikelas dalam belajar partisipasi siswa sangat kurang sehingga yang aktif hanya sebagian kecil saja. Hal ini menyebabkan hasil belajar siswa rendah dan nilai tidak mencapai kriteria ketuntasan minimum (KKM).

#### E. DAFTAR PUSTAKA

- Adiningtiyas, Sri Wahyuni. 2017. Peran Guru dalam Mengatasi Kecanduan Game Online. KOPASTA: Jurnal Program Studi Bimbingan Konseling. Vol 4.No.1 (2017). <http://dx.doi.org/10.33373/kop.v4i1.1121>
- Ahmadi, Abu, H & Sholeh, Munawar. 2005. Psikologi Perkembangan (Edisi Revisi). Jakarta : Rineka Cipta.
- Al-Munajid, Muhammad. 2016. Bahaya Game. Solo : Aqwan
- Angela. 2013. Pengaruh Game Online Terhadap Motivasi Belajar Siswa SDN 015 Kelurahan Sidomulyo Kecamatan Samarinda Ilir. Jurnal Ilmu Komunikasi. Vol.1(2):532-544.
- Arikunto, Suharsimi. 2008. Prosedur Penelitian Suatu Pendidikan Praktek Edisi Revisi VI, (Jakarta: Rineka Cipta.
- Artini, D.A.E.Y., Nyandra, M., & Suarjana, N. (2019, October). Hubungan pola asuh terhadap perilaku game online di SMK Kesehatan PGRI Denpasar. In Seminar Ilmiah Nasional Teknologi, Sains, dan Sosial Humaniora (SINTESA) (Vol.2, No.1).
- Chen, C. Y. & Chang, S. L. 2008. An Exploration Of Tendency To Online Game Addiction Due To User's Liking

- Of Design Feature. Asian journal of Health and Information Sciences. Vol 3. No 1-4. Taiwan
- Farouk, Muhammad dan Djali. 2005. Metode Penelitian Sosial. Jakarta: PTIK Press dan Restu Agung.
- Kim. Hyo-Jun.2002. Improving The Vehicle Performance With Active Suspension Using Road-Sensing Algorithm. (Elsevier Science Ltd.)
- Kusumawati,R., Aviani,Y.I., & Molina,Y. 2017.Perbedaan tingkat kecanduan (adiksi) game online pada remaja ditinjau dari gaya pengasuhan. Jurnal RAP (Riset Aktual Psikologi Universitas Negeri Padang),8(1).
- Maleong, Lexi J. 2010. Metodologi Penelitian Kualitatif Edisi Revisi. Bandung : Remaja Rosdakarya.
- Monks,F.J.,& Roney, A.M.P.2006. Psikologi Perkembangan Pengantar Dalam Berbagai Bagiannya, ed. Ke 16. Yogyakarta : Gadjah Mada University Press.
- Narbuko, Cholid dan Ahmadi, Abu. 2005. Metodologi Penelitian. Jakarta: Bumi Aksara.
- Nasution. 1992. Metode Penelitian Naturalistik-Kualitatif. Bandung : Tarsito.
- Rini,Ayu.2011. Menanggulangi Kecanduan Game Online Pada Anak. Jakarta : Pustaka Mina.
- Sugiyono. 2008. Metode Penelitian Pendidikan Kuantitatif, Kualitaitaif, dan R&D. Bandung : Alfabeta.